

**PENERAPAN KONSELING NARATIF MENGGUNAKAN PENILAIAN
IMCS (*INNOVATIVE MOMENTS CODING SYSTEM*) DALAM
MENINGKATKAN KEMAMPUAN *PUBLIC SPEAKING*
PADA MAHASISWA DI UIN RADEN INTAN
LAMPUNG**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam Ilmu Bimbingan dan
Konseling Pendidikan Islam

**Oleh :
OVI DAMAYANTI
NPM. 1611080041**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Pembimbing I : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd
Pembimbing II : Andi Thahir, S.Psi.,M.A.,Ed.D**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI REDEN
INTAN LAMPUNG
1441 H/2020**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses konseling naratif dalam meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung dan untuk mengetahui hasil dari konseling naratif dalam meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung.

Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Angkatan 2017 yang memiliki kemampuan *public speaking* yang rendah. Metode pengumpulan data yang dilakukan adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik yang digunakan adalah *reauthoring* dalam konseling naratif. Data dianalisis dengan melihat hasil dari konseling naratif.

Hasil menunjukkan adanya perubahan pada kemampuan *public speaking* mahasiswa dimana perubahan tersebut ditandai adanya suatu tindakan dari konseli untuk berusaha memperoleh pengalaman *public speaking* yang lebih banyak. Sedangkan hasil analisis IMCS menunjukkan munculnya tindakan, refleksi, protes, rekonseptualisasi dan perubahan yang berbeda dari sebelum diberikannya konseling naratif. Artinya penerapan konseling naratif dapat meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa.

Kata Kunci: Konseling Naratif, *Public Speaking*, IMCS



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Let. Kol H. Indro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 103260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PENERAPAN KONSELING NARATIF MENGGUNAKAN
PENILAIAN IMCS (INNOVATIVE MOMENTS CODING
SYSTEM) DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN
PUBLIC SPEAKING PADA MAHASISWA DI UIN RADEN
INTAN LAMPUNG**

**Nama : Ovi Damayanti
NPM : 1611080041
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)**

MENYETUJUI

Untuk Dimunaqosyahkan dan Dipertahankan Dalam Sidang Munaqosyah Fakultas
Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II


**Dr. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 196706221994032002**


**Andi Thahir, MA., Ed.D
NIP. 197604272007011015**

**Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**


**Dr. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 196706221994032002**







**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Il. Let. Kol H. Indro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 103260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **PENERAPAN KONSELING NARATIF MENGGUNAKAN PENILAIAN IMCS (INNOVATIVE MOMENTS CODING SYSTEM) DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN PUBLIC SPEAKING PADA MAHASISWA DI UTN RADEN INTAN LAMPUNG**,
disusun oleh : **Ovi Damayanti, NPM. 1611080041, Jurusan, Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**, telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: Rabu, 24 Juni 2020.

TIM MUNAQASYAH

Ketua : Dr. Hj. Efi Hadiati, M.Pd (.....)
Sekretaris : Hardiyansyah Masya, M.Pd (.....)
Penguji Utama : Dr. Laila Maharani, M.Pd (.....)
Penguji Pendamping I : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd (.....)
Penguji Pendamping II : Andi Thahir, M.A., Ed.D (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan


Prof. Dr. H. Nisya Diana, M.Pd
NIP. 196408281988032002

MOTTO

وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزَغُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ
عَدُوًّا مُبِينًا ﴿٥٣﴾

Artinya: “Dan Katakanlah kepada hamba-hamba-Ku: "Hendaklah mereka mengucapkan Perkataan yang lebih baik (benar). Sesungguhnya syaitan itu menimbulkan perselisihan di antara mereka. Sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagi manusia”.
(Q.S Al-Isra: 53)¹

¹ Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2015), h. 287

PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah yang Maha pengasih lagi Maha penyayang, Alhamdulillah puji syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan nikmat Iman dan Islam sampai saat ini, karya ilmiah/ skripsi ini ku persembahkan kepada:

1. Kedua orangtuaku tercinta dan tersayang, Bapak Sunardi dan Ibu Supiyah, yang senantiasa menyayangi, membimbing, mendukung dan selalu mendoakan kebaikan dan kelancaran atas segala urusanku, yang selalu menerimaku dalam keadaan apapun, yang menemaniku dalam senang maupun duka, yang selalu memberikan motivasi dengan penuh sabar.
2. Adikku Ridho Akbar Renaldi yang sangat kusayangi dan kebanggakan, yang senantiasa menemani perjuanganku dengan terus mendukung dan mendoakan dari kejauhan.

RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Belitang Sumatera Selatan pada tanggal 01 Agustus 1998. Peneliti adalah putri pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Sunardi dan Ibu Supiyah. Peneliti mengawali pendidikan di SD Negeri Kumpul Rejo dan lulus pada tahun 2010, kemudian peneliti melanjutkan studi di sekolah menengah pertama di SMP Muhammadiyah 02 Karang Tengah pada tahun 2010 dan lulus pada tahun 2013, selanjutnya peneliti melanjutkan studi di sekolah menengah atas di SMA Muhammadiyah 02 Karang Tengah pada tahun 2013 dan lulus pada tahun 2016.

Pada tahun 2016 peneliti melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi negeri UIN Raden Intan Lampung mengambil jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Selama berkuliah, peneliti bergabung dalam Himpunan Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling (HIMABK) sebagai anggota pada divisi keagamaan.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Penerapan Konseling Naratif Menggunakan Penilaian IMCS (Innovative Moments Coding System) Dalam Meningkatkan Kemampuan *Public Speaking* Pada Mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung”. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik tidak lepas dari dukungan dan bantuan dengan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bunda Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung beserta jajarannya;
2. Bunda Dr. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung;
3. Bunda Rahma Diani, M.Pd selaku sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung;
4. Bunda Dr. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Pembimbing I yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan

pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;

5. Bapak Andi Thahir, M.A.,Ed. D selaku Pembimbing II yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
6. Bapak dan Ibu Dosen di lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Khususnya di jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Teerimakasih telah mendidik dan memberikan ilmunya kepada penulis selama proses pembelajaran dan menuntut ilmu
7. Teman-teman seperjuangan angkatan 2016 terkhusus Bimbingan Konseling kelas A yang selalu mendukung dan memberikan semangat selama proses perkuliahan bahkan sampai akhir perkuliahan.
8. Saudara seperantauanku, Neni Oktaviani, mimi Elliana Sundari, mbak Mumayizah, mbak ifah. Terimakasih telah menjadi saudara yang selalu menemani dan mendukungku dalam susah maupun senang.
9. Almamater yang saya banggakan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang dari sini saya telah mendapatkan banyak ilmu dan pengalaman sebagai bekal untuk meneruskan perjuangan selanjutnya.

10. Semua pihak yang telah membantu yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terimakasih banyak atas segala doa dan dukungannya.

Semoga segala bimbingan dan bantuan serta perhatian yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. *Aamiin*.Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan dan akhir kata peneliti berharap semoga karya tulis yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. *Aamiin*.

Bandar Lampung, 16 Juni 2020
Peneliti

Ovi Damayanti
1611080041

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	10
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Naratif	13
1. Sejarah Konseling Naratif.....	13
2. Pengertian Konseling Naratif.....	14
3. Focus Konseling Naratif	14
4. Sudut Pandang Tentang Sifat Manusia	15
5. Ciri-ciri Konseling Naratif	15
6. Tujuan Konseling Naratif.....	16
7. Teknik-teknik Konseling Naratif	16
8. Tahap konseling Naratif.....	19
9. Kekurangan dan Kelebihan Konseling Naratif	26
10. Fungsi dan Peran Terapis	27
B. Kemampuan <i>Public Speaking</i>	28
1. Definisi Kemampuan	29
2. Definisi <i>Public Speaking</i>	30
3. Definisi Kemampuan <i>Public Speaking</i>	31
4. Unsur-unsur <i>Public Speaking</i>	31
5. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Public Speaking</i>	32
6. Indikator keterampilan berbicara	33
7. Tipe dasar berbicara	35
C. Kriteria Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	37
D. Tinjauan Pustaka	37

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian.....	41
B. Prosedur Pengumpulan Data	42
C. Prosedur Analisis Data	44
D. Pemeriksaan Keabsahan Data	46
E. Partisipan dan Tempat Penelitian.....	47

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian	48
B. Deskripsi Hasil Penelitian	53
C. Pembahasan.....	66

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	70
C. Penutup.....	71

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Komponen Kemampuan <i>Public Speaking</i>	4
Tabel 2.1 Kriteria Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	37
Tabel 4.1 Ceklis Komponen Kemampuan <i>Public Speaking</i> Sebelum dan Sesudah Diberikannya Intervensi	63
Tabel 4.2 Kondisi Konseli Sebelum dan Sesudah Diberikannya Intervensi	64

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berbicara merupakan aspek utama dalam sebuah komunikasi yang tidak dapat digantikan. Berbicara menjadi sumber utama dalam penyampaian suatu informasi dan atau pengetahuan. Tanpa berbicara seseorang akan sulit menyampaikan informasi kepada lawan bicaranya. Dan keterampilan berbicara sangat diperlukan agar penyampaian informasi ataupun ilmu pengetahuan dapat diserap, dipahami, dan mendapatkan *feed back* (timbang balik) oleh pendengar.

Berbicara didepan umum merupakan salah satu bentuk komunikasi yang membutuhkan keterampilan. Sedangkan kurangnya keterampilan berkomunikasi mengakibatkan seseorang tidak mempunyai keberanian untuk berbicara didepan umum dengan baik. *Public speaking* tergolong kedalam ilmu komunikasi yang mencakup berdiskusi, berdebat, berpidato, memimpin rapat, persentasi, moderator, MC, dan presenter, berbicara didepan umum, kelompok maupun perorangan yang memerlukan strategi dan teknik berbicara yang tepat.¹

¹ Nahar Khoriroh, 'Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Kemampuan *Public Speaking* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta' (Universitas Negeri Yogyakarta, 2018).

Mahasiswa sebagai akademisi dituntut untuk mampu berkomunikasi dan berbicara dengan baik. Kemampuan *public speaking* adalah salah satu kemampuan yang perlu dimiliki oleh seorang mahasiswa. Kemampuan berbicara yang baik akan menentukan jelas atau tidaknya suatu informasi yang disampaikan. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung merupakan suatu Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK) diharapkan mampu melahirkan calon-calon guru (pendidik) yang berkompeten dibidangnya. Sebagaimana firman Allah dalam *Al-Qur'an* surah Ar-Rahman ayat 1-4 yang berbunyi :

الرَّحْمَنُ ۝ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَانَ ۝ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ۝

Artinya: "(Tuhan) Yang Maha Pemurah, Yang telah mengajarkan al-Quran. Dia menciptakan manusia. Mengajarnya pandai berbicara." (Q.S. Ar-Rahman ayat 1-4)²

Ayat di atas menyatakan bahwa Allah telah mengajarkan Al-Qur'an kepada nabi Muhammad SAW. Yang kemudian diajarkan ke umatnya. Kemudian Allah menciptakan jenis manusia yang terbaik yaitu manusia dan diajari-Nya pandai mengutarakan apa yang tergores dihatinya dan apa yang terfikir di otaknya, karena kemampuan berfikir dan berbicara itulah al-Qur'an bias diajarkan kepada umat manusia.³

² Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2015), h. 351.

³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 192.

Sebagai akademisi mahasiswa sering kali memiliki beberapa masalah dan kendala dalam tugas perkembangannya sebagai mahasiswa diperguruan tinggi. Klasifikasi-klasifikasi masalah-masalah yang ditemukan pada pusat konseling perguruan tinggi dan universitas diantaranya adalah urusan karir dan akademisnya⁴ seperti gugup dalam berpresentasi didepan kelas, dimana berbicara didepan umum menjadi hal yang seharusnya dapat dikuasai oleh mahasiswa.

Mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI No.30 tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang sering kali syarat dengan berbagai predikat.⁵

Berbicara merupakan kegiatan pokok sehari-hari yang dilakukan manusia khususnya mahasiswa, dalam kegiatan perkuliahan berbicara didepan umum merupakan hal yang sering dilakukan dan tidak dapat dianggap remeh, karena tidak setiap orang mampu dan mahir berbicara didepan umum. Maka tidak dapat dipungkiri bahwa berbicara didepan umum atau *public speaking* sangatlah perlu dimiliki oleh seorang mahasiswa. Namun masih sering penulis temui mahasiswa

⁴ Samuel T. Gladding. *KONSELING Profesi yang Menyeluruh* (edisi keenam), (Jakarta: PT Indeks, 2019), h. 507-508

⁵ Andi Thahir, 'Perbedaan Mekanisme Koping Antara Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Menghadapi Ujian Semester Pada Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung', 01.1 (2014), 11–21.

yang tidak memenuhi indikator *public speaking* yang menandakan kurangnya kemampuan *public speaking* mahasiswa sebagai *agen of change* yang nantinya akan menjadi penyambung aspirasi dan penyampai informasi serta pengetahuan kepada masyarakat luas.

Kemungkinan besar yang menjadi penyebab terjadinya kesulitan berkomunikasi adalah adanya rasa takut menerima tanggapan atau penilaian negatif dari komunikan atau orang yang menerima pesan.⁶ Beberapa factor yang menyebabkan kesulitan berkomunikasi didepan umum atau *public speaking* adalah kurangnya rasa percaya diri pada mahasiswa yang pada akhirnya menimbulkan rasa takut.

Menurut Brown ada lima komponen kemampuan *public speaking* yang harus dimiliki mahasiswa yaitu⁷ :

Tabel 1.1

Komponen *Public Speaking*

No	Variabel	Komponen
1	Kemampuan <i>Public Speaking</i>	a. Tata Bahasa
		b. Kosa Kata
		c. Pemahaman
		d. Kelancaran
		e. Pengucapan

Sumber: H. Douglas Brown, *Language Assessment: Principles Classroom Practices*

⁶ Siska, dkk, *Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa*. Jurnal Psikologi, No.2, h. 2003.

⁷ H. Douglas Brown, *Language Assessment: Principles Classroom Practices* (San Fransisco: Longman, 2004), h .172-173.

Sedangkan menurut Marry Ann hal-hal yang menjadi indikator dalam *public speaking* antara lain adalah⁸ :

- a. Menghasilkan suara, pola stres, struktur ritmik, dan intonasi bahasa.
- b. Menggunakan tata bahasa dan struktur secara akurat.
- c. Memilih kosa kata yang dapat dimengerti dan sesuai untuk audiens, topik yang dibahas, dan latar di mana pidato tindakan terjadi.
- d. Menerapkan strategi untuk meningkatkan kelengkapan, seperti menekankan kata kunci dan pengulangan ulang.
- e. Menggunakan gerakan atau bahasa tubuh.
- f. Memperhatikan keberhasilan interaksi dan penyesuaian komponen pidato seperti kosa kata, laju bicara, dan kompleksitas tata bahasa dan struktur untuk memaksimalkan pendengar.

Berdasarkan teori diatas, maka mahasiswa yang belum memenuhi indikator tergolong kurang mampu dalam melakukan *public speaking* dengan baik. Dalam pengamatan peneliti saat observasi langsung ke lapangan, penulis mendapati mahasiswa yang kurang lancar saat memandu berpersentasi didalam kelas perkuliahan, Sebut saja AA.

⁸ Mary Ann Cunningham Florez, *Improving Adult English Language Learner's Speaking Skills*, National Center for ESL Literacy Education, June 1999, h .1

Dalam observasi tersebut terlihat AA sedang menjadi moderator dari kelompok temannya. Saat menjadi moderator AA lebih banyak menunduk dan kurang menguasai audience (teman-teman kelasnya), disela-sela penyampaianya peneliti sering kali menemui AA mengucapkan “Eeeeeee” hal tersebut menandakan bahwa AA kurang persiapan dalam memandu persentasi pada hari tersebut. Untuk mengetahui lebih lanjut kemampuan public speaking AA peneliti menemui AA dan menanyakan beberapa hal terkait kemampuannya dalam berbicara di depan umum.

Berdasarkan hasil wawancara, AA mengatakan Ia tidak mampu menutupi pikiran negatifnya saat berada didepan kelas, ia juga mengatakan bahwa ia tidak mampu berkonsentrasi dengan baik saat persentasi yang menyebabkan ia hanya berpersentasi apa adanya saja, tidak meminta timbal balik dari audience dan tidak dapat menguasai kelas. Saat dilakukan wawancara lebih lanjut AA juga mengatakan bahwa dia merasa cemas dan mudah panic saat berada didepan umum terlebih saat dia ditunjuk untuk mengutarakan pendapatnya. Hofmann dalam Andi mengatakan bahwa individu yang cemas secara sosial cenderung pemalu dan menarik diri dan tidak efektif dalam interaksi sosial, ini dimungkinkan karena mereka merasakan reaksi negative.⁹

⁹ Andi Thahir, S Psi, and D Ed, ‘Proceedings International Conference of Counseling Education and Psychology (ICONCEP), 2018’, 2018, 1–7.

Berdasarkan wawancara diatas, tentu masalah tersebut tidak boleh dibiarkan begitu saja dan perlu adanya penanganan khusus untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* AA dengan suatu intervensi yang dapat membantu AA dalam meningkatkan kemampuan *public speaking*-nya. Dan apabila hal ini dibiarkan begitu saja, mahasiswa sebagai akademisi akan mengalami kesulitan dalam berkomunikasi interpersonal dan dalam menyampaikan suatu argumentasi atau pendapat kepada khalayak ramai. Maka informasi yang disampaikan tidak tersampaikan dengan baik.

Bimbingan konseling didalam perguruan tinggi ikut serta dalam perkembangan mahasiswa. Terdapat empat model utama layanan konseling perguruan tinggi/universitas, yaitu¹⁰ :

1. *konseling sebagai psikoterapi*. Model ini menekankan konseling jangka panjang untuk sejumlah kecil mahasiswa. Konselor menangani perubahan kepribadian dan merujuk masalah yang berkaitan dengan pekerjaan dan pendidikan ke penasihat akademis siswa.
2. *konseling sebagai bimbingan pekerjaan*. Model ini menekankan pada membantu mahasiswa menghubungkan urusan karir dengan akademis secara produktif. Konselor menangani mahasiswa yang belum bias mengambil keputusan akademis atau karir dan

¹⁰ Samuel T. Gladding. *Op Cit*, h. 503-505.

merujuk mahasiswa yang memiliki masalah pribadi atau emosional ke lembaga lain.

3. *konseling sebagaimana definisi tradisionalnya*. Model ini menekankan pada keberadaan layanan konseling yang luas, termasuk hubungan jangka pendek atau panjang dan yang menangani permasalahan pribadi, akademis, dan karir.
4. *konseling sebagai konsultasi*. Model ini menekankan pada bekerja dengan berbagai organisasi dan orang-orang yang memiliki pengaruh langsung pada kesehatan mental mahasiswa.

Konseling individual untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa perlu dilakukan untuk membantu mahasiswa dalam mengentaskan kecemasan berbicara didepan umum. Salah satu pendekatan konseling individual untuk dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan *public speaking* adalah Bimbingan Konseling naratif.

Pada *poststructural* karya teori Michel Foucault dalam Amdani, konseling naratif mendukung individu untuk secara kritis melihat kehidupan dan pengalaman Individu sebagai tertanam dalam konteks sosial, budaya, dan politik yang lebih besar. Sudut pandang ini, individu bekerja untuk memisahkan diri dari masalah (dikenal sebagai “eksternalisasi masalah”), kemudian dibuat untuk *reauthoring*

alternatif cerita kehidupan yang disukai yang mampu digunakan untuk melawan masalah.¹¹ Terapi naratif dalam pendekatan kognitif adalah sebuah proses konseling yang mendorong konseli dalam membentuk ulang persepsi yang ada melalui pemeriksaan keterbatasan konseptual yang ada yang dapat membingkai ulang pengalamannya.¹²

Maka dapat penulis tarik kesimpulan bahwa konseling naratif adalah suatu pendekatan konseling dimana klien dapat menceritakan pengalaman-pengalamannya untuk mengetahui kekurangan dan kelebihanannya sehingga klien mampu menemukan identitas diri yang sehat dan penataan hidup yang lebih baik lagi dengan metode *reauthoring*. Maka konseling naratif dirasa tepat untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa.

Agar dapat diperoleh data yang valid dan tidak menyimpang, maka penulis menggunakan sistem pengkodean momen inovatif atau IMCS (*Innovative Moments Coding System*)¹³ untuk melihat perkembangan level narasi responden. Beberapa hal yang menjadi dasar perubahan narasi yaitu tindakan (*action*), refleksi (*reflection*), rekonseptualisasi (*re-conceptualization*), protes (*protest*) dan perubahan (*performing change*).

¹¹ Amdani Sarjun, “Konseling naratif Untuk Mengembangkan Regulasi Diri (*Self Regulation*) Siswa SMA Kota Bandar Lampung”, (Universitas Pendidikan Indonesia, 2017), h. 57

¹² Martine Payne, , *Narrative Therapy*, (London: SAGE Publication Ltd, 2006), hlm. 11.

¹³ Goncalves, M. M., Matos, M., & Santos, A.(2009). Narrative therapy and the nature of “innovative moments” in the construction of change. *Journal of Constructivist Psychology*, 22, 1-23.DOI:10.1080/10720530802500748

Berdasarkan pemaparan diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian terkait penerapan konseling naratif menggunakan penilaian IMCS (*Innovative Moments Coding System*) dalam meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada:

1. Proses konseling naratif untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung.
2. Hasil konseling naratif untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung.

Dan dari focus tersebut terbagi menjadi beberapa sub focus penelitian yaitu, tata bahasa, kosa kata, pemahaman, kelancaran dan pengucapan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana proses Konseling Naratif Menggunakan Penilaian IMCS (*Innovative Maments Coding System*) dalam Meningkatkan Kemampuan Public Speaking Mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung

2. Bagaimana hasil Konseling Naratif Menggunakan Penilaian IMCS (*Innovative Maments Coding System*) dalam Meningkatkan Kemampuan Public Speaking Mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Proses Konseling Naratif Menggunakan Penilaian IMCS (*Innovative Maments Coding System*) dalam Meningkatkan Kemampuan Public Speaking Mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung
2. Hasil Akhir Konseling Naratif Menggunakan Penilaian IMCS (*Innovative Maments Coding System*) dalam Meningkatkan Kemampuan Public Speaking Mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung

E. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pembaca maupun peneliti sendiri, antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis penelitian ini adalah untuk membuktikan ada atau tidaknya hasil konseling naratif menggunakan penilaian IMCS (*Innovative Maments Coding System*) dalam meningkatkan

kemampuan *public speaking* mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, dapat meningkatkan kemampuan *public speaking* dan keterampilan berkomunikasi dan mengembangkan kemampuan yang ada pada dirinya secara optimal.
- b. Bagi peneliti, dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dibangku perkuliahan dan menambah pengalaman dalam belajar.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Naratif

1. Sejarah Konseling Naratif

Pendekatan naratif dikembangkan pada tahun 1980-an oleh Michael White, seorang pekerja sosial dan terapis keluarga yang berasal dari Australia Selatan dan David Epston, seorang Psikolog dan Terapis Keluarga yang berasal dari Selandia Baru, dan menerima perhatian seluruh dunia sejak mempublikasikan buku mereka di Amerika Utara pada tahun 1990. Terapi naratif muncul dari lingkungan filosofis postmodernisme.¹⁴

Konstruksionis sosial berfokus pada narasi sosial dan kultural yang diinternalisasikan oleh individu, dan menganggap kedua narasi tersebut sebagai kebenaran yang merupakan realitas (kenyataan). Sedangkan konstruktivisme sosial berfokus kepada persepsi dan pemikiran individual sebagai pembentuk pandangan-pandangan mereka tentang realitas.¹⁵

¹⁴ Lynette P. Vromans a & Robert D. Schweitzer, 'Narrative Therapy for Adults with Major Depressive Disorder: Improved Symptom and Interpersonal Outcomes', *Psychotherapy Research*, 21(1).1050-3307 print/ISSN 1468-4381 (2010), 4 <<https://doi.org/10.1080/10503301003591792>>.

¹⁵ Albert R. dan Gilbert J. *Buku Pintar Pekerja Sosial*, (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2008), h. . 187-188

2. Hakikat Manusia

Berdasarkan konsep perilaku manusia, prinsip kerja konseling berdasarkan konseling naratif ini didasarkan atas asumsi sebagai berikut:

1. Perspektif Naratif berfokus pada kemampuan manusia untuk berpikir kreatif dan imajinatif. Praktisi Naratif tidak pernah menganggap bahwa ia tahu lebih banyak tentang kehidupan klien daripada yang mereka lakukan.
2. Klien adalah penafsir utama pengalaman mereka sendiri.
3. Praktisi Naratif melihat orang sebagai agen aktif yang mampu memperoleh makna keluar dari dunia pengalaman mereka. Dengan demikian, proses perubahan dapat difasilitasi, tetapi tidak diarahkan oleh terapis.

3. Pengertian Konseling Naratif

Terapi naratif merupakan suatu pendekatan konseling yang dilakukan dalam bentuk individual maupun kelompok dengan mengajak klien bercerita mengungkapkan pengalaman terkait masalahnya.¹⁶ Worden dalam konseling naratif menjelaskan bahwa pengetahuan atau arti dibentuk melalui interaksi social. Manusia dipandang sebagai makhluk yang menilai dan menginternalisasikan dirinya sendiri dengan menceritakan pengalaman hidupnya.¹⁷

¹⁶Rahayu Ginintasasi, Direktorat File UPI Jurnal Psikologi, *Teknik Terapi Keluarga*. h. 6

¹⁷Widya Juwita, dkk. *Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri*, Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Negeri Semarang, JUBK 6 (1) (2017). h. 46.

4. Focus Konseling Naratif

Freedman dan Combs dalam Corey menjelaskan bahwa erapi naratif melibatkan pengalihan fokus dari sebagian besar teori tradisional. Terapis didorong untuk membangun pendekatan kolaboratif dengan minat khusus untuk mendengarkan cerita klien dengan hormat untuk mencari waktu dalam kehidupan klien ketika mereka banyak akal untuk menggunakan pertanyaan sebagai cara untuk melibatkan klien dan memfasilitasi eksplorasi mereka untuk menghindari diagnosis dan pelabelan klien atau menerima deskripsi penjumlahan berdasarkan masalah untuk membantu klien dalam memetakan pengaruh yang ada pada kehidupan mereka dan untuk membantu klien dalam memisahkan diri dari cerita dominan yang telah mereka internalisasikan sehingga ruang dapat dibuka untuk penciptaan kisah kehidupan alternative¹⁸.

5. Sudut Pandang Tentang Sifat Manusia

Konselor naratif menekankan “bahwa pengetahuan atau arti dibentuk melalui interaksi social”. Tidak ada realitas yang absolut kecuali sebagai suatu produk social. Manusia dipandang sebagai makhluk yang menilai dan menginternalisasi diri sendiri dengan menciptakan kehidupannya. Kebanyakan cerita tersebut mayoritas kualitas negative mengenai individu ataupun situasi social kehidupan mereka dan sangat mengganggu atau membuat depresi. Melalui

¹⁸ Gerald Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, ed. by Marquita Flemming, 978th-0-495th- edn (California State University: United States of America, 2009).

perawatan, klien dapat menulis kembali kehidupan dan mengubah pandangannya dalam cara yang positif.¹⁹

6. Ciri-ciri Konseling Naratif

Pendekatan naratif menggunakan pertanyaan sebagai cara untuk melibatkan klien dan memfasilitasi mereka melakukan eksplorasi diri, menghindari diagnosis dan pelabelan klien atau menerima sepenuhnya berdasarkan deskripsi masalah membantu klien dalam pemetaan pengaruh masalah yang dimiliki dalam kehidupan mereka dan membantu klien memisahkan diri dari cerita-cerita yang dominan yang telah diinternalisasi sehingga hati/pikiran yang seringkali disebut sebagai ruang dapat dibuka untuk menciptakan kisah kehidupan alternatif.²⁰

7. Tujuan Konseling Naratif

Pendekatan konseling terapi naratif memandang bahwa manusia itu menjalani kehidupannya melalui cerita (*people live their live by stories*). Oleh karena itu pendekatan ini diarahkan kepada cara naratif dalam mengonseptualisasikan dan menafsirkan dunia. Klien yang mengalami pendekatan naratif akan belajar bagaimana mengonstruksi cerita dan makna baru dalam kehidupannya, dan dalam prosesnya membangun realita kehidupan baru bagi dirinya sendiri.

¹⁹ Samuel T. Gladding. *Konseling Profesi yang Menyeluruh* (edisi keenam), (Jakarta: PT Indeks, 2019), h. 286.

²⁰ Afifah Wildan Ulya Permana, “*Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir Di Uin Sunan Ampel Surabaya*”, (Skripsi Program Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2019)

White dan Epston menegaskan bahwa:

*“narrative therapy works to separate the problem from clients; and after this is accomplished, clients can work on their relationship with the problem. By externalizing the presenting concern in this manner, clients can use their resources to change their relationship with the problem. In narrative therapy, clients’ existing problems are related to their personal narrative, and changing a client’s personal narrative will also change the problem.”*²¹

Terjemahan:

“Terapi naratif berfungsi untuk memisahkan masalah dari klien; dan setelah ini selesai, klien dapat bekerja pada hubungan mereka dengan masalah tersebut. Dengan mengeksternalkan kekhawatiran yang ada dengan cara ini, klien dapat menggunakan sumber daya mereka untuk mengubah hubungan mereka dengan masalah tersebut. Dalam terapi naratif, masalah yang ada klien terkait dengan narasi pribadi mereka, dan mengubah narasi pribadi klien juga akan mengubah masalah.”

Tujuan umum konseling naratif adalah mengundang klien mendeskripsikan pengalamannya bahasa yang baru dan segar. Melalui bahasa yang baru klien dapat mengembangkan makna baru dari masalah-masalah pikiran, perasaan dan tingkah lakunya. Dalam konseling ini juga, klien diharapkan mampu mengembangkan kesadaran bahwa banyak faktor termasuk budaya yang mempengaruhi kehidupannya.²²

²¹ Tonia Goodrich & Elizabeth Hancocka Lacey Ricka, Sarah Kitchensa, ‘My Story: The Use of Narrative Therapy in Individual and Group Counseling’, *Journal of Creativity in Mental Health*, 9.1540-1383 print/1540-1391 (2014), 100 <<https://doi.org/10.1080/15401383.2013.870947>>.

²² Syamsu Yusuf, *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), h .260

Menurut Kleist

*“Narrative theory is central for understanding how lives are constructed. The relevance of narrative theory to vocational psychology is not new that narrative theory is foundational to understanding how lives, not just careers, are constructed. In making this extension, I focus specifically on the significance of the time dimension in narrative theory, that is, the ways in which narrative theory addresses the future and the past dimensions of experience. Second, I propose that narrative theory is especially well suited to highlighting how culture influences the construction of lives. Each of these points is addressed more fully below.”*²³

Arahan di atas bahwa teori naratif adalah dasar untuk memahami kehidupan konseli, bukan hanya karier, dibangun dalam pembuatan ekstensi ini, fokus khusus pada pentingnya dimensi waktu dalam teori narative, yaitu, *pertama* cara-cara di mana teori naratif membahas masa depan dan dimensi masa lalu mengenai pengalaman. *Kedua*, mengusulkan bahwa teori naratif terutama cocok sekali untuk menyoroti budaya yang mempengaruhi konstruksi hidup.

Menurut Anderson²⁴ tujuan konseling naratif di sini adalah untuk memasuki dunia konseli semaksimal mungkin. Konseli menjadi ahli yang menginformasikan dan berbagi dengan konselor. Posisi tidak mengetahui adalah empati dan paling sering ditandai dengan pertanyaan dengan sikap jujur.

²³ Amdani Sarjun, “*Konseling naratif Untuk Mengembangkan Regulasi Diri (Self Regulation) Siswa Sma Kota Bandar Lampung*”, (Universitas Pendidikan Indonesia, 2017), h. 68

²⁴ Amdani Sarjun, *Ibid*, h. 69.

8. Teknik-teknik Konseling Naratif

Pendekatan naratif menekankan pengembangan cerita/kisah alternative kehidupan klien, dengan harapan bahwa dia dapat menemukan pilihan dan strategi baru untuk menjalani kehidupannya. Agar upaya itu berhasil, maka teknik konseling yang digunakan adalah sebagai berikut :

a. *externalization of the Problem*

Externalization of the problem yaitu proses memisahkan klien dari identifikasi masalahnya, sehingga sumber-sumber daya klien dapat difokuskan kepada upaya untuk mengatasi situasi (seperti kekacauan). Perasaan (seperti depresi). Ketika klien memandang dirinya sebagai bagian dari masalah, maka dia mengalami keterbatasan dalam menemukan cara yang dapat mengatasi masalah tersebut secara efektif. Namun ketika klien memandang masalah tersebut berada diluar dirinya, maka dia dapat membangun hubungan dengan masalahnya secara rasional. Menjalani kehidupan berarti berhubungan dengan masalah, bukan berarti menjadi bersatu dengan masalah. Masalah berdampak kepada individu, dan dapat mendominasi kehidupan cara-cara negative yang ekstrim.

Konselor membantu klien dalam melemahkan problema kehidupannya dengan cara membongkar asumsi-asumsi yang keliru, yaitu bahwa masalah disebabkan oleh suatu peristiwa, dan

membuka kemungkinan-kemungkinan alternatif untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Ada dua tahapan teknik ini, yaitu :

- 1) Memetakan pengaruh masalah terhadap kehidupan klien
- 2) Memetakan pengaruh kehidupan klien terhadap masalah. Pemetaan pengaruh masalah terhadap kehidupan klien menghasilkan informasi yang sangat berguna bagi pencapaian tujuan konseling. Klien merasa didengar dan dipahami ketika pengaruh masalah itu dieksplorasi secara sistematis.

b. *raising Dilemmas*

Raising dilemmas yaitu memunculkan dilemma, sehingga klien dapat menguji aspek-aspek masalah yang mungkin terjadi sebelum kesulitannya meningkat.

c. *predicting Setbacks*

Predicting setbacks yaitu memprediksi kemunduran, sehingga klien dapat memikirkan tentang apa yang dia akan lakukan jika dihadapkan kepada kesulitan/masalah.

d. *reauthoring*

Reauthoring yaitu menulis ulang cerita/kisah kehidupan. Klien dapat menjadi reauthor kehidupannya, dan konselor mengundang klien untuk menulis cerita kehidupan baru melalui *unique outcomes*, yaitu peristiwa yang tidak dapat diprediksi

melalui masalah yang terjadi. Dalam hal ini konselor dapat mengajukan pertanyaan “Pernahkah anda mampu melepaskan diri dan pengaruh masalah yang dialami?” melalui pertanyaan unik ini, konselor dapat memfokuskan konselingnya ke arah masa depan. Contohnya “Berdasar apa yang telah anda pelajari tentang diri anda, apa langkah selanjutnya yang anda lakukan?”. “Ketika anda melakukan sesuatu yang anda sukai, kegiatan apalagi yang mengarahkan anda untuk melakukan yang lebih baik?”. Pertanyaan-pertanyaan ini mendorong klien untuk merefleksikan tentang apa yang telah dicapainya dan apa langkah berikutnya yang mungkin dapat dilakukan.²⁵

9. Tahap konseling Naratif

Proses Konseling Naratif menurut Torres & Guerra, Wahlstrom, White dalam Amdani meliputi :

“Six major themes consistent with a narrative therapy paradigm emerged from the data. They were (a) externalizing conversation, (b) unique occurrence and alternate story, (c) developing personal agency, (d) consulting and reflecting teams, (e) building the audience, and (f) the helpful and unhelpful aspects of therapy. The following examples were noted by the clients.”²⁶

Berdasarkan pendapat di atas ada enam tema pokok konseling naratif, yaitu (a) eksternalisasi masalah (*externalizing problems*) untuk memisahkan identitas masalah dengan identitas individu, (b) dekonstruksi cerita hidup (*deconstructing life stories*) untuk

²⁵ Syamsu Yusuf, *Op. Cit.* h. 261.

²⁶ Amdani Sarjun, *Ibid*, h. 72.

mematahkan identitas individu yang dipengaruhi oleh masalah dan mengupayakan penemuan cerita alternatif yang memberdayakan, (c) percakapan pengurangan ulang dengan cerita pilihan (*reauthoring conversation with preferred stories*) untuk menguatkan cerita alternatif sehingga individu dapat menemukan hasil unik untuk membangun identitas baru yang lebih berdaya, (d) percakapan yang mengingatkan percakapan dari awal kembali (*remembering conversation*) dan kegiatan peneguhan/penguatan (*definitional ceremonies*) yang bertujuan memunculkan penghargaan individu pada hidupnya sehingga merangsang pemaknaan atas keberhargaan diri, (e) pembentukan aliansi terapeutik untuk memantapkan identitas baru individu tersebut dengan cara mempublikasikannya pada lingkungan sosial terdekat yang berpengaruh signifikan dalam hidupnya.

Langkah-langkah dalam proses konseling terapi naratif menggambarkan struktur pendekatan naratif:

- a. Berkolaborasi dengan konseli untuk datang dengan nama yang dapat diterima bersama untuk masalah tersebut
- b. Melambangkan masalah dan menghubungkan pada keinginan yang menekan dan strategi untuk masalah tersebut
- c. Menyelidiki bagaimana masalah telah mengganggu, mendominasi atau mengecilkan hati/mengecewakan konseli

- d. Meminta konseli untuk melihat ceritanya dari perspektif yang berbeda dengan menawarkan makna alternative dari peristiwa yang dialaminya
- e. Menemukan momen ketika konseli tidak didominasi atau berkecil hati
- f. Menemukan bukti historis yang mendukung pandangan baru dari konseli sebagai orang yang cukup kompeten untuk menentang, mengalahkan, atau keluar dari dominasi atau tekanan masalah (Pada tahap ini identitas orang tersebut dan kehidupan cerita mulai mendapatkan ditulis ulang)
- g. Meminta konseli untuk berspekulasi mengenai masa depan bagaimana yang bias diharapkan dari kekuatan dan kompetensi seseorang. Sehingga konseli menjadi terbebas dari cerita-cerita masalah yang menjenuhkan dari masa lalu dan ia dapat membayangkan dan merencanakan untuk masa depan yang kurang bermasalah
- h. Menemukan atau menciptakan konseli untuk memahami dan mendukung cerita baru. Tidaklah cukup untuk membaca cerita baru. Konseli perlu untuk hidup baru cerita di luar terapi. Karena orang itu masalah awalnya dikembangkan dalam konteks social, adalah penting untuk melibatkan lingkungan social dalam mendukung kisah

hidup baru yang telah muncul dalam percakapan dengan klien. Winslade dan Monk menekankan bahwa percakapan narasi tidak mengikuti perkembangan linier dijelaskan disini, karena lebih baik memikirkan langkah-langkah dalam hal perkembangan siklus yang mengandung unsur-unsur berikut:

- 1) Mengeksternalisasi Masalah
- 2) Memetakan dampak dari permasalahan individu
- 3) Membangun potensi cerita baru dan mendokumentasikan prestasi ini.²⁷

Brammer, Abrego dan Shostrom memberikan langkah-langkah konseling sebagai berikut :

Langkah 1: Membangun Hubungan

Klien dan konselor harus saling mengenal dan menjalin kedekatan emosional sebelum sampai pada tahap pemecahan masalah. Pada tahapan ini, seorang klien perlu mengetahui sejauh mana kompetensi yang dimiliki seorang konselor. Selain itu konselor harus membangun kepercayaan klien terhadap konselor tidaklah mudah tanpa adanya kepercayaan.

²⁷ Gerald Corey, *Theory dan Practice of Counseling and Psychoterapy*, Ninth Edition. (Belmont, CA: Brooks/Cole, 2009), h. 412.

Langkah 2: Identifikasi Dan Penilaian Masalah

Apabila hubungan konseling terjalin baik, maka langkah selanjutnya adalah mulai mendiskusikan sasaran-sasaran spesifik dan tingkah laku seperti apa yang menjadi ukuran keberhasilan konseling. Dalam langkah ini dibutuhkan ketrampilan konselor mengangkat isu dan masalah yang dihadapi klien. Pengungkapan masalah klien kemudian diidentifikasi dan didiagnosis secara cermat.

Langkah 3: Memfasilitasi Perubahan Konseling

Langkah berikutnya adalah konselor mulai memikirkan alternatif pendekatan dan strategi yang akan digunakan agar sesuai dengan masalah klien. Setelah alternatif dan strategi disusun dengan matang, maka selanjutnya adalah melakukan intervensi pada klien. Dalam hal ini konselor harus mengevaluasi terus menerus apakah ada kemajuan dalam proses konseling, jika menyadari intervensi tidak tepat sehingga harus dicari kembali alternative dan strategi yang baru.

Langkah 4: Evaluasi dan Terminasi

Langkah keempat adalah langkah terakhir dalam proses konseling secara umum. Evaluasi terhadap hasil konseling akan dilakukan secara keseluruhan. Tujuan evaluasi ini adalah melihat apakah tampak kemajuan pada tingkah laku klien yang berkembang ke arah yang lebih positif.²⁸

8. Kekurangan dan Kelebihan Konseling Naratif

Pendekatan naratif telah banyak berkontribusi kepada peningkatan kualitas konseling, di antaranya adalah :

- a. Menghilangkan sikap menyalahkan dan membangun dialog dalam upaya memecahkan masalah
- b. Klien mengkreasi kisah baru dan kemungkinan berperilaku yang baru
- c. Klien dipersiapkan terlebih dahulu untuk menghadapi kemunduran atau dilemma melalui pertanyaan konselor.

Disamping memiliki kekuatan seperti diatas, pendekatan konseling naratif memiliki keterbatasan sebagai berikut :

- a. Pendekatan ini kurang cocok bagi klien yang tingkat intelektualnya kurang memadai
- b. Tidak ada norma yang mengatur harus menjadi seperti apa kepribadian klien nantinya

²⁸ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta : Prenada Media Group, 2011) hlm. 84.

- c. Pendekatan ini tidak membahas sejarah (latar belakang) masalah klien²⁹

9. Fungsi dan Peran Terapis

Terapis naratif adalah fasilitator aktif. Konsep kepedulian, minat, rasa ingin tahu hormat, keterbukaan, kebebasan, kontak, dan bahkan daya tarik dipandang sebagai kebutuhan relasional. Posisi tidak tahu, yang memungkinkan terapis untuk mengikuti, menegaskan, dan dibimbing oleh kisah-kisah klien mereka, menciptakan peran peserta-pengamat dan proses-fasilitator untuk terapis dan mengintegrasikan terapi dengan pandangan postmodern dari penyelidikan manusia.

Tugas utama terapis adalah membantu klien membangun alur cerita yang disukai. Terapis naratif mengadopsi sikap yang ditandai oleh rasa hormat yang hormat dan bekerja dengan klien untuk mengeksplorasi dampak masalah pada mereka dan apa yang mereka lakukan untuk mengurangi efek dari masalah³⁰. Salah satu fungsi utama terapis adalah untuk mengajukan pertanyaan kepada klien dan, berdasarkan jawaban, untuk menghasilkan pertanyaan lebih lanjut.

²⁹Syamsu Yusuf, *Ibid*, h. 262.

³⁰ Gerald Corey. h. 390

Tugas utama terapis adalah membantu klien membangun alur cerita yang disukai. Terapis naratif mengadopsi sikap yang ditandai oleh rasa hormat yang hormat dan bekerja dengan klien untuk mengeksplorasi dampak masalah pada mereka dan apa yang mereka lakukan untuk mengurangi efek dari masalah. Salah satu fungsi utama terapis adalah untuk mengajukan pertanyaan kepada klien dan, berdasarkan jawaban, untuk menghasilkan pertanyaan lebih lanjut.

B. Kemampuan *Public Speaking*

1. Definisi Kemampuan

Kemampuan berasal dari kata mampu yang berarti sanggup melakukan sesuatu. Kemampuan atau dalam bahasa asing disebut dengan *Ability* merujuk kesuatu kapasitas individu untuk melakukan berbagai hal dalam suatu pekerjaan.³¹

Kemampuan dapat diperoleh individu sejak lahir, namun dapat juga melalui latihan atau usaha individu agar mampu untuk menyesuaikan diri. Hal tersebut dikuatkan oleh Slameto yang mengemukakan bahwa “kemampuan adalah kecakapan yang terdiri dari tiga jenis yaitu kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan kedalam situasi yang baru secara cepat dan efektif, mengetahui atau

³¹ Sedarmayanti, *Pengembangan Kepribadian Pegawai* (Bandung: Mandar Maju, 2010), h. 23.

menggunakan konsep yang abstrak secara efektif, mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat”.³²

Individu dapat dikatakan mempunyai kemampuan apabila telah mempunyai kecakapan dalam menghadapi, menyesuaikan diri (beradaptasi) dengan hal-hal baru maupun situasi yang baru dan berbeda dengan cara yang paling tepat dan efektif.³³

Berdasarkan paparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan (*ability*) merupakan suatu bakat atau kesanggupan individu untuk mengentaskan berbagai hal secara tepat baik melalui proses pembelajaran maupun bawaan sejak lahir.

2. Definisi *Public Speaking*

Istilah *Public Speaking* sebelumnya dikenal dengan retorika karena pada mulanya istilah *public speaking* muncul ditengah para ahli retorika yang mengartikannya sama, yaitu seni (keahlian) berbicara atau berpidato sejak awal Masehi.³⁴

Istilah *public speaking* tidak hanya diartikan sebagai kemampuan berbicara disepan umum saja melainkan bagaimana individu menyampaikan pesan atau gagasan yang ingin diketahui audience.³⁵

³² Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta), h. 56

³³ Nahar Khoriroh, *Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Kemampuan Public Speaking Mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*, (Skripsi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta, Pdf, 2018), h. 11.

³⁴ Olii Helena, *Public Speaking 2* (Jakarta: Indeks, 2010), h. 5.

³⁵ Ibid., h. 7.

Menurut McBurney J. H dan Ernes J. Wrage³⁶, definisi *Public Speaking* adalah sebagai komunikasi gagasan dan perasaan dengan menggunakan lambing-lambang yang terlihat dan terdengar berasal dari pembicaraan itu yang berkenaan pemikiran dan gagasan, dengan menggunakan lambang-lambang suara, kata-kata perubahan nada dan isyarat.

Dalam bukunya *Public Speaking: Strategies For Success* David Zarefsky berpendapat mengenai definisi public speaking. “*Public Speaking is a continuous communication process in which messages and signals circulate back and forth between speakers and listeners*”.³⁷ Pembicaraan didepan umum adalah suatu proses komunikasi yang berkesinambungan dalam mana pesan dan lambang bersirkulasi ulang secara terus menerus antara pembicara dan pendengar.

Berdasarkan beberapa definisi diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *public speaking* merupakan suatu bentuk komunikasi lisan secara efektif antara pembicara dan pendengar dengan tujuan pendengar dapat berfikir, merasakan serta bertindak sesuai dengan yang diharapkan oleh pembicara.

³⁶ Mc Burney, James H. and Ernest J. *Guide to Good Speech. 4th edition* (London: Prentice-Hall International, Inc, 1975), h. 76.

³⁷ David Zarefsky. *Public Speaking: Strategies for Success. Edisi-7* (USA: Pearson. 2013), h. 126.

3. Definisi Kemampuan *Public Speaking*

Kemampuan *public speaking* dapat diartikan sebagai suatu kecakapan seseorang dalam penyampaian informasi kepada audience secara efektif dan efisien. Kemampuan *public speaking* dapat dimiliki sejak lahir maupun dari latihan pembelajaran atau praktik yang dilakukan secara continue sehingga mendapatkan skill yang dimiliki seseorang dalam berbicara didepan umum.

4. Unsur-unsur *Public Speaking*

Suhandang menyebutkan tiga unsur dalam *Public Speaking*, yaitu:

a) Pembicara

Pembicara adalah titik pusat dalam *public speaking* dimana pembicara bertugas menyampaikan, pesan dan informasi kepada audience. Pembicara diharapkan mampu menguasai pesan dan segala yang disampaikan mampu memikat hati para audience.

b) Pesan

Semua pesa dalam *public speaking* mengalir bertolak dari pembicara kepada audience dan diterima secara simultan dan vocal menunjukkan adanya kombinasi penyaluran pesan yang efektif karena satu dan lainnya saling melengkapi.

c) Audience

Audience atau hadirin adalah individu-individu yang terlibat dalam *public speaking*. Yang berperan sebagai pendengar yang aktif, yang memiliki maksud, tujuan, harapan, sikap dan pengetahuan yang berbeda-beda. Maka audiencepun akan menilai pembicara dengan penilaian yang berbeda pula.

Pada hakikatnya *public speaking* dan komunikasi adalah hal yang sama. Karena *public speaking* adalah bagian dari komunikasi. Ada unsur yang menyampaikan, ada pesan yang tersampaikan dan ada alat pendukung yang digunakan dalam menyampaikan suatu pesan dan informasi. *Public speaking* sebagai suatu tehnik atau metode komunikasi sudah mulai dikenal dalam kehidupan sehari-hari. Khususnya bagi mahasiswa Bimbingan Konseling. *Public Speaking* dirasa sangat perlu dimiliki oleh seorang Guru BK.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Public Speaking*

Menurut beberapa ahli *Public Speaking* seperti Dale Carnaige, H.N. Casson, Stuart Turner, David Zarefsky, Hamilton Gregory Larry King. Seorang yang memiliki kemampuan *public speaking* yang baik akan memperhatikan beberapa hal dibawah ini:³⁸

- a) Pendekatan dan permulaan
- b) Mengatasi kegugupan dan demam panggung

³⁸Hidajat, *Public Speaking dan Teknik Persentasi* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), h. 90.

- c) Membuat ketertarikan pendengar
- d) Menjaga ketepatan berbicara
- e) Mempercayai kemampuan
- f) Memperbanyak perbendaharaan kata
- g) Memberi tekanan dalam pembicaraan dan bersemangat
- h) Ketepatan waktu
- i) Memiliki rasa humor
- j) Berbicara menyenangkan
- k) Berbicara dengan wajar
- l) Memperhatikan penampilan
- m) Penutup dan pengakhiran

Berdasarkan teori yang telah dipaparkan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan *public speaking* dipandang dari aktivitas mahasiswa selama perkuliahan meliputi : kecakapan dalam berbicara saat persentasi, penggunaan *gesture* tubuh, memiliki pengalaman berbicara didepan umum dan berlatih, memiliki perbendaharaan kata yang baik, mampu mengendalikan emosi dan mampu mengendalikan audience.

6. Indikator Peningkatan Keterampilan Berbicara

Menurut Van Duzer, keterampilan berbicara siswa dan kebiasaan berbicara mereka berdampak pada keberhasilan pertukaran apa pun. Mahasiswa sebagai pembicara, harus dapat mengantisipasi dan kemudian menghasilkan pola yang diharapkan situasi wacana tertentu.

Mereka juga harus mengelola elemen lain seperti pengubahan ulang, memberikan umpan balik, mengambil giliran, atau mengarahkan ulang. Pembicara harus tahu pola yang biasa yang diikuti oleh interaksi tersebut dan mengaksesnya pengetahuan saat pertukaran berlangsung. Mereka juga harus memilih yang benar kosa kata untuk menggambarkan hal-hal pada topik itu, ulangi atau menekankan kata-kata memperjelas deskripsi, dan menggunakan ekspresi wajah yang sesuai. Hal-hal lain yang termasuk dalam indikator keterampilan berbicara yang baik³⁹:

- a. Sebuah. Menghasilkan suara, pola stres, struktur ritmik, dan intonasi bahasa.
- b. Menggunakan tata bahasa dan struktur secara akurat.
- c. Memilih kosa kata yang dapat dimengerti dan sesuai untuk audiens, topik yang dibahas, dan latar di mana pidato tindakan terjadi.
- d. Menerapkan strategi untuk meningkatkan kelengkapan, seperti menekankan kata kunci dan pengulangan ulang.
- e. Menggunakan gerakan atau bahasa tubuh.
- f. Memperhatikan keberhasilan interaksi dan penyesuaian komponen pidato seperti kosa kata, laju bicara, dan kompleksitas tata bahasa dan struktur untuk memaksimalkan pendengar pemahaman dan keterlibatan.

³⁹ 7Mary Ann Cunningham Florez, *Improving Adult English Language Learner's Speaking Skills*, National Center for ESL Literacy Education, June 1999, h.1

7. Tipe dasar berbicara

Menurut Brown, dia menyatakan dalam bukunya ada lima tipe dasar berbicara⁴⁰.

a. Tiruan

Jenis pertama dari kinerja berbicara adalah kemampuan untuk cukup parrot kembali atau meniru kata, frasa, atau kalimat lengkap. Fokus dari jenis kinerja berbicara ini adalah pada pelafalan. Tidak ada kesimpulan yang dibuat untuk memahami atau menyampaikan makna atau untuk berpartisipasi dalam percakapan interaktif. Pembicara harus mempertahankan bentangan bahasa yang harus ditiru.

b. Intensif

Tipe kedua berbicara adalah produksi peregangan pendek bahasa lisan yang dirancang untuk menunjukkan kompetensi dalam kelompok sempit hubungan gramatikal, phrasal, leksikal, atau fonologis (seperti elemen prosodik - intonasi, stres, irama, titik waktu).

⁴⁰ H. Douglas Brown, *Language Assessment: Principles and Classroom Practices* (San Fransisco: Longman, 2004), h. 141

c. Responsif

Jenis berbicara termasuk interaksi dan pemahaman pada tingkat percakapan terbatas sangat terbatas, salam standar dan kecil bicara, permintaan dan komentar sederhana, dan sejenisnya.

d. Interaktif

Berbicara interaktif hampir mirip dengan berbicara responsif. Itu perbedaan antara berbicara responsif dan interaktif adalah panjangnya dan kompleksitas interaksi, yang terkadang mencakup banyak pertukaran atau banyak peserta. Interaksi mengambil dua bentuk bahasa transaksional, yang memiliki tujuan bertukar spesifik informasi, atau pertukaran antarpribadi, yang memiliki tujuan menjaga hubungan sosial.

e. Luas (monolog)

Bicara ekstensif meliputi pidato, presentasi lisan, dan mendongeng. Gaya bahasa sering lebih disengaja atau perencanaan terlibat dalam jenis pembicaraan ini.

C. Kriteria Fokus dan Subfokus Penelitian

Berdasarkan paparan di latar belakang, kriteria dalam focus dan sub focus penelitian ini adalah Mahasiswa prodi BKPI yang memiliki kemampuan *public speaking* kurang optimal dilihat dari lima komponen kemampuan *public speaking*, yaitu :

Tabel 2.1

Kriteria focus dan sub focus penelitian

No	Sub focus	Kriteria
1	Tata bahasa	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami
		Berbicara lugas
2	Kosa kata	Menggunakan bahasa ilmiah
		Berdasarkan sumber yang jelas dan sesuai topic
3	pemahaman	Mampu mempertahankan argumen
		Keterampilan menjawab pertanyaan
4	kelancaran	Berbicara lancar (tidak terbata-bata)
		Menyampaikan secara sistematis
5	pengucapan	Menggunakan jeda atau intonasi
		Berbicara menyenangkan (mampu menguasai audience)

D. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan telaah pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis, yaitu :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Afifah Wildan Ulya Permana dengan judul “Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir Di Uin Sunan Ampel Surabaya.” Hasil dari penerapan konseling ini yang dijelaskan dalam tolok

ukur perubahan klien dari segi naratif, dan potensi diri serta cara bertindak yang sebelumnya mengalami putus asa mulai optimis serta memiliki harapan lagi. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Terapi Naratif dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya dapat dikatakan berhasil. Yang membedakan penelitian yang dilakukan Afifah dengan peneliti adalah dalam penelitian ini peneliti focus pada kemampuan public speaking mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung, sedangkan Afifah berfokus pada Motivasi Mahasiswa putus asa di UIN Sunan Ampel.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ajeng Rachmawati dengan judul “Penerapan Konseling Naratif Untuk Mengurangi Tingkat Glossophobia Siswa Kelas X SMAN 13 Surabaya”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan konseling naratif untuk mengurangi tingkat glossophobia siswa SMA kelas X. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Bentuk desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pre test-post test design. penelitian ini memiliki kesamaan dalam pemberian intervensi konseling naratif. Dan yang membedakan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Ajeng Rachmawati adalah peneliti bertujuan untuk meningkatkan kemampuan public speaking mahasiswa

sedangkan ajeng bertujuan untuk menurunkan tingkat glossophobia pada siswa kelas X.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Lacey Ricks, Sarah Dapur, Tonia Goodrich, Dan Hancock Elizabeth dengan judul “My Story: The Use of Narrative Therapy in Individual and Group Counseling”. Konselor menggunakan terapi naratif membantu klien dalam menemukan solusi alternatif dengan mengeksternalisasi pengalaman yang menindas. Eksplorasi kisah kehidupan klien mereka dalam terapi individu dan kelompok dapat ditingkatkan dengan menggunakan teknik terapi naratif dalam hubungannya dengan seni kreatif dan teknik penulisan. Beberapa teknik yang dijelaskan dalam artikel ini memberikan contoh bagaimana menggunakan terapi naratif bersama dengan teknik kreatif untuk meningkatkan eksplorasi klien.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Adi Barak dengan judul “Playback Theatre and Narrative Therapy: Introducing a New Model”. Artikel ini mengeksplorasi sintesis baru antara Playback Theatre dan terapi naratif Michael White. Melalui eksplorasi kedua metode tersebut, artikel ini menguraikan bagaimana integrasi tersebut dapat dicapai dan bagaimana hal itu dapat berkontribusi pada proses penulisan ulang narasi. Diskusi juga mencakup keterbatasan dan kemungkinan kelemahan dari integrasi tersebut, baik untuk teater pemutaran maupun terapi naratif. Akhirnya,

model terapi terstruktur yang mengintegrasikan pendekatan White untuk perubahan naratif dengan teknik Playback Theatre dirinci.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Noor Diana Suhaimi dan Maslawati Mohamad dengan judul “Teaching Narrative Writing About Bully: The Use Of Whatsapp On Primary School Pupils”

Penelitian tersebut menyajikan dan membahas bagian dari studi tentang penggunaan WhatsApp dalam mengajar menulis narasi untuk siswa sekolah dasar Malaysia. Penelitian tersebut menjadi rujukan bagi peneliti karena memiliki kesamaan pada intervensi yang diberikan yaitu terapi naratif. Namun meski memiliki kesamaan penelitian ini tetap memiliki perbedaan yaitu pada masalah yang dihadapi konselinya yaitu *bullying*.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Nur Ilianis Adnan dan Mohamad Jafre Zainol Abidin dengan judul “Using Public Speaking To Improve Malaysian Students’ Confidence Level In Speaking Skill: A Case Study”. Penelitian ini dengan desain studi kasus dilakukan untuk mempelajari efektivitas Program Public Speaking dalam meningkatkan tingkat kepercayaan siswa Malaysia.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah Wildan Ulya Permana, “*Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir Di Uin Sunan Ampel Surabaya*”, (Skripsi Program Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2019)
- Albert R. dan Gilbert J, *Buku Pintar Pekerja Sosial*, (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2008)
- Amdani Sarjun, “*Konseling naratif Untuk Mengembangkan Regulasi Diri (Self Regulation) Siswa SMA Kota Bandar Lampung*”, (Universitas Pendidikan Indonesia, 2017)
- A Muri Yusuf, *Metode Penelitian, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta:Paramedia Group, 2014)
- Burhan Burgin. *Penelitian Kualitatif*, (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001)
- David Zarefsky. *Public Speaking: Strategies for Success. Edisi-7* (USA: Pearson. 2013)
- Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2015)
- Gerald Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, ed. by Marquita Flemming, 978th-0-495th- edn (California State University: United States of America, 2009)
- Goncalves, M. M., Matos, M., & Santos, A.(2009). Narrative therapy and the nature of “innovative moments” in the construction of change. *Journal of Constructivist Psychology*, 22, 1-23.DOI:10.1080/10720530802500748
- Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Salemba Humanika, 2011)
- H. Douglas Brown, *Language Assessment: Principles Classroom Practices* (San Fransisco: Longman, 2004)
- Hidajat, *Public Speaking dan Teknik Persentasi* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006)

- Lacey Ricksa, Sarah Kitchensa, Tonia Goodricha & Elizabeth Hancocka, 'My Story: The Use of Narrative Therapy in Individual and Group Counseling', *Journal of Creativity in Mental Health*, 9.1540-1383 print/1540-1391 (2014), 100 <<https://doi.org/10.1080/15401383.2013.870947>>
- Lexy J. Moleong. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017)
- Martine Payne, *Narrative Therapy*, (London: SAGE Publication Ltd, 2006)
- Mary Ann Cunningham Florez, Improving Adult English Language Learner's Speaking Skills, National Center for ESL Literacy Education, June 1999
- Mc Burney, James H. and Ernest J. *Guide to Good Speech*. 4th edition (London: Prentice-Hall International, Inc, 1975)
- Miguel M. Goncalves, "Three narrative-based coding system: Innovate moments, ambivalence and ambivalence resolution", *Psychotherapy Research* (2017)
- Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*, (Yogyakarta:Erlangga, 2009)
- Nahar Khoriroh, 'Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Keterampilan Berkomunikasi Terhadap Kemampuan Public Speaking Mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta' (Universitas Negeri Yogyakarta, 2018)
- Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta : Prenada Media Group, 2011)
- Nuryono,Wiryo. jurnal online, *Keefektivan Konseling Naratif Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa*, 2012. Vol 13, No 1
- Olii Helena, *Public Speaking 2* (Jakarta: Indeks, 2010)
- Rahayu Ginintasasi, Direktorat File UPI Jurnal Psikologi, *Teknik Terapi Keluarga*
- Samuel T. Gladding. *KONSELING Profesi yang Menyeluruh* (edisi keenam), (Jakarta: PT Indeks, 2019)
- Schweitzer, Lynette P. Vromans a & Robert D., 'Narrative Therapy for Adults with Major Depressive Disorder: Improved Symptom and Interpersonal Outcomes', *Psychotherapy Research*, 21(1).1050-3307 print/ISSN 1468-4381 (2010), 4 <<https://doi.org/10.1080/10503301003591792>>
- Sedarmayanti, *Pengembangan Kepribadian Pegawai* (Bandung: Mandar Maju,

2010)

Siska, dkk, Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, No.2, h. 2003

Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta)

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2012)

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2014)

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2018)

Syamsu Yusuf, *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2016)

Thahir, Andi, 'Perbedaan Mekanisme Koping Antara Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Menghadapi Ujian Semester Pada Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung', 01.1 (2014), 11–21

Thahir, Andi, S Psi, and D Ed, 'Proceedings International Conference of Counseling Education and Psychology (ICONCEP), 2018', 2018, 1–7

Widya Juwita, dkk. Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri, *Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Negeri Semarang, JUBK 6 (1) (2017)*